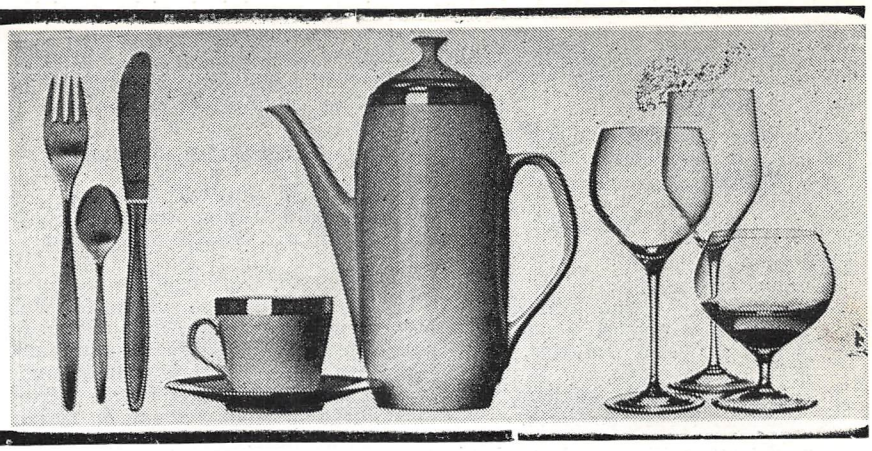
• Šeimininkių kampelis

VEDA L. MURAUSKIENĖ



7 UP pyragas

1½ puoduko sviesto,
3 puodukai cukraus,
5 kiaušiniai,
3 puodukai miltų,
2 šaukštai citrinos ekstrakto,
¾ puoduko 7 UP.

Sviestą su cukrum trinti, kol pasidarys šviesios spalvos. Dėti kiaušinius po vieną, gerai išplakant po kiekvieno dėjimo. Sudėti miltus ir įplakti citrinos esktraktą su 7 UP. Masę dėti į riebalais išteptą ir miltais pabarstytą formą. Naudoti "Bundt" formą ar ba didesnę su skyle. Kepti prie 325 l. apie 1—1¼ valandos.

Vaisių ketvirtainiai

4 puodukai miltų (all-purpose flour),
1 puodukas cukraus,
2 šaukšteliai kepimo miltelių,
2 plakti kiaušiniai,
2 šaukštai vanilės,
1 puodukas margarino,
vaisių, (geriausia didelė dėžutė "pie filling" rūšies vaisių).

Persijoti miltus, kepimo miltelius ir cukrų. Dadėti išplaktus kiaušinius, vanilę ir margariną. Maišyti ar kapoti, kad masė pasidarytų kruopų pavidalo. Pusę masės išdėti į išteptą riebalais ir pabarstytą miltais formą, maždaug 9x13 inčų dydžio. Uždėti vaisius ir užberti likusią masę neprispaudžiant. Kepti prie 350 l. apie 50-60 minučių ar kol bus šviesiai raudonos spalvos. Atšaldžius supjaustyti ketvirtainiais gabaliukais.

Vyšnių "Mould"

Naudoti 2 kvortų formą — Rose mould,
2 pakeliai vyšnių želatinos — jello,
15-16 uncijų dėžutė "Bing" vyšnių,
¼ puoduko apelsinų sunkos,
¼ puoduko sherry arba vyno,

Nusunkti vyšnias ir į sunką įpilti vandens tiek, kad pasidarytų 2¾ puoduko skysčio. Užvirinti. Dadėti apelsinų sunką, vyną ir želatiną. Vyšnias įmaišyti kai skystis atvės. Supilti į formą ir atšaldyti.

Braškių ir rūgščios grietinės "Mould"

Naudoti 1½ kvortos dydžio formą—Sweetheart mould,
2 dėžutės 6 uncijų dydžio braškių želatinos,
2 puodukai verdančio vandens,
2 dėžutės 10 uncijų dydžio šaldytų braškių,
2 vidutiniai bananai, sutrinti,
1 puodukas kapotų riešutų,
2 puodukai rūgščios grietinės.

Braškes palaikyti, kad atsileistų. Želatiną išleisti verdančiam vandeny. Sudėti braškes, bananus ir riešutus. Pusę šios masės supilti į formą ir leisti sustingti (apie 1 val.). Rugščią grietinę uždėti ant sustingusios masės ir užpilti likusią pusę masės ant viršaus. Viską atšaldyti.

Rūgščios grietinės pyragas

1 puodukas sviesto ar margarino,
3 kiaušiniai,
1 puodukas cukraus,
1 puodukas rūgščios grietinės,
1¾ puoduko sijotų miltų,
1 šaukštelis kepimo sodos,
1 šaukštelis kepimo miltelių.

Cukrų ištrinti su sviestu. Dadėti kiaušinių trynius ir grietinę. Plakti, kol masė bus lengva.

Kiaušinio baltymus išplakti iki standžios putos ir palengva įmaišyti į ištrintą masę.

Kepti formoje su skyle. Formą patepti riebalais ir pabarstyti miltais.

Sumaišyti ¼ puoduko cukraus, ½ šaukštelio cinamono ir ½ puoduko kapotų riešutų. Šiuo mišiniu apiberti formoje esančią masę, Kepti prie 325 l. apie 1 valandą. Iškepus leisti atvėsti formoje apie 15 minučių ir tik tada iš formos išversti.

Brioches — dvigubos bulkutės

Užmaišomos dieną prieš kepimą:
½ puoduko pieno,
½ puoduko (¼ svaro sviesto),
⅓ puoduko cukraus,
1 šaukštelis druskos,
1 šaukštelis cukraus,
1 pakelis mielių,
¼ puoduko šilto vandens,
1 kiaušinis, atskirtas,
3 kiaušiniai, lengvai išplakti,
3¼ puoduko miltų.

Užvirinti pieną ir leisti atvėsti. Ištrinti sviestą su ⅓ puoduko cukraus, dadėti druską. Mieles išleisti šiltame vandenyje, išmaišius pienu, įplakti į ištrintą masę, pridėti prie kiaušinio trynio ir 3 išplaktų kiaušinių. Įmaišyti miltus. Plakti mediniu šaukštu apie dvi minutes. Uždengti. Laikyti šiltoje vietoje ir leisti pakilti kol masė bus dviguba (apie 2 valandas).

Pakilusią tešlą vėl gerai išplakti. Gerai uždengti aliuminijaus popierium ir padėti į šaldytuvą. Laikyti per naktį.

Prieš kepant, tešlą pamaišyti ir išversti į miltais pabarstytą indą. Atpjauti ketvirtį tešlos ir padėti atskirai. Likusią padalyti į 16 lygių gabalų. Suformuoti juos į sviedinukus ir dėti į riebalus išteptas "muffin" formas. Šlapiu pirštu įspausti gilias duobutes kiekviename sviedinukyje.

Atidėtą tešlą padalinti į 16-ką lygių gabaliukų ir iš jų suformuoti mažesnius sviedinukus. Dėti juos į padarytas duobutes. Uždengti ir šiltoje vie-

toje palaikyti apie 1 valandą, kad pakiltų.

Krosnį įkaitinti iki 400 l. Kiaušinio baltymą išplakti su šaukšteliu cukraus ir patepti bulkutes.

Kepimui bulkutes dėti ant žemesnių grotelių ir kepti kol paruduos. Apie 15—20 minučių.

Vyšnių "strausel"

1½ puoduko miltų,
¼ puoduko cukraus,
2 šaukšteliai kepimo miltelių,
¾ šaukštelio druskos,
1 kiaušinis, gerai išplaktas,
⅔-¾ puoduko pieno,
3 šaukštai daržovių aliejaus,
½ puoduko vyšnių uogienės.

Sumaišyti miltus, cukrų, kepimo miltelius ir druską. Išplaktą kiaušinį sumaišyti su pienu ¾ puoduko ir aliejum. Supilti į miltus ir maišyti kol masė bus lygi. Jeigu reikia, dar dadėti pieno, kad masė lengvai pasiskleistų formoje. Kepimui naudoti 9 inčų diametro apvalią formą išteptą riebalais.

Pabarstymui:
2 šaukštai cukraus,
2 šaukštai miltų,
1 šaukštelis cinamonų,
2 šaukštai sviesto.

Sumaišyti cukrų, miltus, cinamonus ir kapoti sviestą, kol masė pasidarys kruopų formos. Pabarstyti paruoštą kepimui pyragą ir uždėti vyšnių uogienės. Kepti įkaitintoje iki 400 l. krosnyje, maždaug apie 30 minučių.

Kepti pamidorai

Išimti pamidorų sėklas, į vidų įleisti žalią kiaušinį, pridėti prieskonių, ant viršaus užberti sausainių ir uždėti po gabaliuką sviesto. Kepti labai karštoje krosnyje apie 10 min. Iš pamidorų liekanų padaryti padažą ir užpilti.

Bulvės su kmynais

Bulves gerai nuplauti, perpjauti išilgai, nupjautą pusę padažyti aliejuje ir pabarstyti kmynais. Sudėti į riebaluotą formą ir kepti krosnyje apie 1 val.

Kimšti pamidorai

Smulkiai supjaustyti virtą mėsą, įdėti pakepinto svogūno, pjaustytų petražolių, prieskonių, truputį lydyto sviesto, sausainių ir viską gerai išmaišyti. Išimti pamidorų sėklas ir prikimšti paruoštu mišiniu. Į formą įpilti truputį vandens ir kepti krosnyje vidutinėje temperatūroj apie 1 val.

Troškintas viščiukas

Viščiuką supjaustyti mažais gabalėliais, įpilti truputį vandens ir 15 min. patroškinti uždarytame puode. Supjaustyti ½ sv. svogūnų, pridėti ¼ sv. sviesto, sumaišyti su viščiuku ir troškinti, kol mėsa suminkštės. Paimti 2 svarus pamidorų, nulupti ir sutrinti; pridėti petražolių, česnako, ankštinio pipiro ir druskos pagal skonį; viską sumaišyti su viščiuku ir patroškinti apie 15 min. Paduoti su ryžiais ar bulvine koše.

KRIENAI, RIDIKAI

Jie ne tik pasižymi aštriu, savotišku skoniu. Liaudies medicina nuo neatmenamų laikų skiria didelį dėmesį krienams ir ridikams.

Ridikai ir krienai turi daug vitaminų, priešmikrobinių savybių, padeda virškinimui ir pagerina apetitą. Tačiau jų vartoti reikia nedaug

Tyrelę ir sultis galima vartoti ir trynimui, esant reumatiniams skausmams.

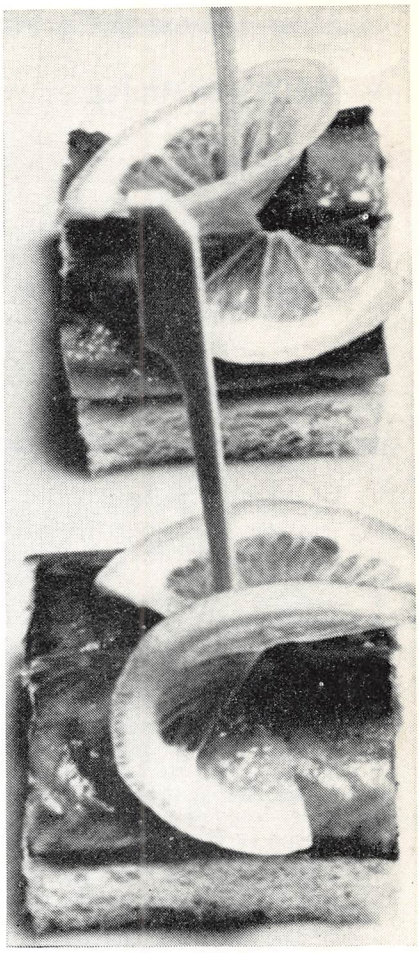
Ridikų sultys, sumaišytos su medumi, sergantiems bronchitu padeda atsikosėti. Medžiaga, esanti ridikuose, sumažina organizme cholesterino perteklių, vadinasi, padeda apsisaugoti nuo artereosklerozės.

Esant gastritui su sumažintu skrandžio sulčių rūgštingumu, naudinga prieš valgį paimti arbatinį šaukštelį sutarkuotų krienų, praskiestų vandeniu. Krienų ir vandens skiediniu galima praplauti gerklę, apsisaugoti nuo anginos.

Daug gerų savybių turi šios daržovės. Tačiau neužmirškime: sergant uždegimais inkstų, kepenų susirgimais ir širdies ligomis, valgyti krienų ir ridikų negalima.

• Baltasis kūgio formos ridikas — saldesnis. O juodasis apvalus — stipraus ir aštraus skonio.

• Ridikų salotos bus skanesnės, įdėjus į juos svogūno, pakepinto alyvoje. Skanu sutarkuotas ridikas su morka ir majonezu.



• Pats skaniausias krienas, kurio šaknis 2—3 cm storio ir 20—25 cm ilgio. Jo paviršius lygus ir šviesus, o vidurys — baltas

• Krienų šaknys greitai džiūsta, suvysta. Prieš valant, palaikyti juos vandenyje

• Kad sutarkuoti krienai nepatamsėtų, apšlakstykite juos citrinos sultimis ar actu ir gerai permaišykite.

• Tarkuotus krienus galima sutaisyti su grietine arba burokėlių sultimis. Daugelis mėgsta įdėti cukraus ir truputį acto.

* * *